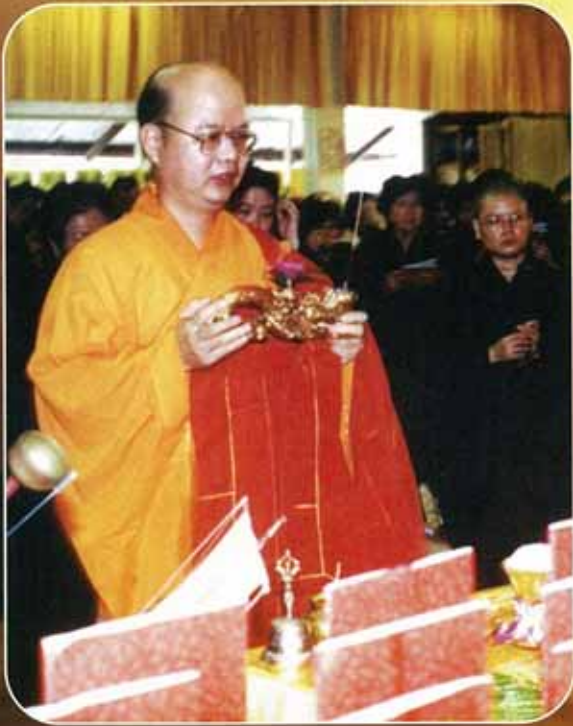




水月

会讯

27



坦誠
淡泊
清淨
莊嚴

社论

世间人活着就是为了要追求幸福与快乐的生活。在许多人的心目中，认为去拥有许多的财富与感情，就是所谓的幸福与快乐的生活。

孰不知，令你最痛苦的，也就是你所要拥有和已拥有的。待老年的到来，逐渐失去所拥的一切。由于对这些拥有的执著，而带来许多的无奈和痛苦。

真正的幸福与财富，其实是人内心中的修养：勤劳，不断地努力修学与愿意去帮助别人，解决别人的需要与痛苦。这些能力才是真正的财富。

看到自他的痛苦与困难得以解决，才是真正幸福与快乐的生活。这也是佛教所谓的“自利利他”思想的表现。所以佛教徒应在这一生中，不断地增长他的智慧与慈悲，使自己成为一个很有用的人。

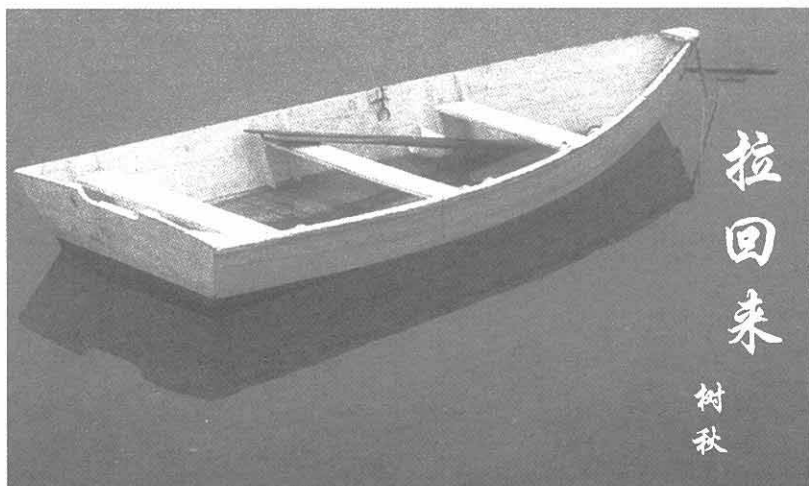
相对而言，那些穷一生追求名利、权力而造种种恶业的人，表面上虽是风光，但内心却累积了种种的罪业，而最终徒得佛教所说的“万般带不去，唯有业随身”。

我国是一个没有天然资源的国土。我们就象一个贫穷的人家，要不断地努力，自强不息，为自己和他人作出贡献。

特别是未来的几年，生活中经济上将会更困难，但，对于一个勤劳、节俭的人来说，并不是什么大问题。所以我们不可迷失方向，追求外在的享乐或安逸。

不要去怪责或埋怨我们现在的困苦，这些困苦反而是我们修行的道场。希望与佛教徒共勉，除了找寻生活的物质之外，同时也努力地往内心去增进，体现大乘佛教那一份修学、自利利他的精神。

创办人 释远凡
法律顾问 杨国梁大律师
会计顾问 吴文友会计师
顾问 释法谦 释法尊
副总编辑 陈玮玲
编辑 谢婷婷 谢慧儿 谢慧蒂 林慧卿
美术 林昭廷 何伊莎



“拉回来”，看似容易，做来难。很多时侯，自己的心总是经不起诱惑，而我却又是那么的自大。总是认为自己比别人聪明、比别人强，从不轻易认输。在“拉回来”的当儿，蓦然发现自己的无数弱点及坏习惯。

从前，对其他人的要求总是那么的高，稍不称心，心中的不满就会轻易地显露在脸上。如今改变中的我则会给他人及自己一些空间。学习停下来看看自己的动机及他人的能力。

当与人相处时也常会将心比心。计较少了，对照渐多。看到别人的坏习惯，在按捺不满时，逐会提醒自己不要犯同样的错误。

情绪的波动少了，人也踏实多了。发觉自己比较能够控制自己的情绪，相对的就较较好地掌握自己的时间。与人说话时也比较谨慎，会顾虑到说话的对象是谁及他会如何“看待”我的一番话。

时常“拉回来”看自己的心及动机，就好比一艘小舢板在汪洋大海中航行。在汹涌澎湃中，不时地回顾指南针，找出自己的位置，再重新看自己的目标。在不断地调整平衡中，继续向前迈进。

迷失在贪嗔痴的欲海时，“拉回来”能使自己不再迷惑、堕落。因此可以从新开始，令“损失”减少。在忙碌紧张的生活中，“拉回来”令自己看到最终的目的而不使自己迷失方向，被生活吞噬。

虽然知道能够“拉回来”看自己的心有无数的益处，但我却频频因定力不足，只看到心所的起伏而无法拉回来。更多的时候，连心也没注意到，就茫然地跟着习性走。

希望自己能多下功夫把持住心，不枉师父的一番苦心。



五十一心所法 (二)

讲授：远凡法师

笔录：林秀芬

编辑组整理

十一个善心所

这十一个心所，性是纯善、离垢秽、清净而无杂染，所以便称为善。

1. **信**：“于实德、能、深忍乐欲、心净为性；对治不信，乐善为业”。

对于所有真实，不虚构，好的德行及能力，能够深切的了解，接受而从此净信中生起欢喜好爱及恳切的心态，然后愿意持续地受持它。这信的本性如清珠一般，不但能清净自己又能清净别人。所以是“心净为性”，有了这信便能对治不信，并且喜爱乐意修学一切善法。

“忍”在这里的含义是“信受持”的意思。例如：你深信释迦牟尼佛具有真实的清净功德。对于他的智慧、慈悲、能力，你无所疑惑。因为深信为有而生起爱乐的心，希望以佛为模范，精进地向他学习。

2. **精进**：“于善恶品，修断事中，勇悍为性；对治懈怠，满善为业”。

指对于善法和恶法能够持之以恒而勇敢无惧地去修习及断除。它能对治一切懈怠，又能圆满成就一切善法。它的宗旨是我人未生的善心令速生，已生的善心令增长；未生的恶念令不生，已生的恶念令速断。

对于一个信受五戒的佛弟子而言，当先天的习气抵触到他所修学的戒法时，内心必产生一番挣扎。这时他将如何选择？一个精进的人，便能忍耐劳倦，坚固勇悍，持续不断地受持。他会很有

智慧地选择修善，然后努力将恶的习气断除。无论是一切世间、出世间自利利人的事业，皆由精进而能成就。

3. **惭**：“依自法力，崇重贤善为性；对治无惭，止息恶行为业”。

看见别人用功修行而自己却做不到时，不免埋怨自己，对于自己感觉到有所不知，有所不能而心生惭耻。由自身生起的自尊自爱与于正法生起的崇重所结合的两种力量，使自己对贤人善事都能生起崇敬尊重的心理。这种心理使你不会去做罪恶的事情。

“惭”的心让你生起精进心，决定努力止息恶行。

4. **愧**：“依世间力，轻拒暴恶为性；对治无愧，止息恶行为业”。

依世间的法律，他人的讥谤和自己厌恶烦恼恶法的心态，而拒绝、排拆暴恶。同时羞耻于过失和罪恶，决定熄灭一切的恶行。

通过礼佛忏悔，可加强惭愧的力量。当惭愧力加强后，就不会去造恶的种子。我们不能等待善根生起，而应该努力去培养灌溉这种善根以对治恶念。因为我们先天的习气会掩盖其他好的善根。唯有去除恶根，才能避免它去破坏那些善的种子。

5. **无贪**：“于有、有具、无著为性；对治贪著，作善为业”。

有是指三有：欲有、色有、无色有。那是指三界的生命自体。佛教称它为有情，也就是生命的一种存在状态。

有具则是指这些生命体所拥有的一切资具，如国土、房屋、金钱等。就是观察到世间的一切，不论是身心、器界（我们居住的空间）或是日常生活中的种种受用都在生灭成坏的过程中。当变化产生时，痛苦也接踵而来。而贪爱所引发的烦恼会控制我们的生死，使生死相续不断，没有解脱。如有这种深切的认识，那么便会生起厌恶的心，对于一切喜乐便不会贪著留恋。

6. **无嗔**：“于苦、苦具、无恚为性；对治嗔恚，作善为业”。

苦的含义是逼恼的意思。这是指三苦：苦苦、坏苦、行苦。这些都是烦恼的苦果。

苦具即是生起三苦的不同原素，也就是苦因。苦因的种类有很多，但主要是由贪染而来。因为常常对名利、地位、财富等有所希求，可是却又得不到，所以便会产生苦恼或怨恨的心态。

无嗔是指一个人对外物、社会、及对身心的关系中所引起不如心愿的种种苦时，亦不会感到困恼嗔怒。例如我们在社会谋事时总会遇到一些人在思想、见解或立场上与自己有所差异的。而彼此之间虽无法取得共识却必须朝夕相对共处共事。这可真是苦恼之极，但无奈又无法离开。对于一个智者，他不会因不满境界而引生忿概，怨恨等心态。因为深切了解嗔怒所带来的种种严重过失，和“以怨报怨”是无法解决问题的道理，所以能不让嗔恨心破坏与对方的关系。同时以慈悲安忍对待之而不做任何损害他人之事，以免造成更大的错误和伤害。能如此便可熄灭怨忿，自利利他，取得和乐。

7. **无痴**：“于诸事理，明解为性；对治愚痴，作善为业”。

事是指见闻觉知等境。理是正法或涅槃，佛对众生所开示的教说。

“痴”即是愚痴，也叫无明。这是指人对于真实事理存有疑惑和谬误。这包括了知见上与情识上的谬误。相对地，无痴是对于一切事理清楚明解而不迷惑。对于事理不起颠倒妄执，懂得分辨善

恶因果凡圣，所以表现于身语的行为便是善的。那么就不会做邪恶的行为，障碍自身的进修。

例如有人明白佛所说的正法，心中不存一丝的孤疑。同时对于自身受持的五戒也能清楚知道它的实质是什么。其实戒体对我们起的是一种保护作用，防止我们作恶。它是一种增上力量，能够加强我们的信念。因为能深刻了解各中道理，所以便不会做极端、毫无意义的戒行或执取种种忌讳为清净。这就是无痴。无痴、无贪与无嗔三者都是善法的根源。它能止息恶行，使我们能够修学善法。

8. **轻安**：“远离粗重，调畅身心，堪忍为性；对治昏沉，转依为业”。

“粗重”的意思就好比我们的身心一直处在烦恼动乱中，常感沉重和压迫。由远离粗重，身心得调畅，轻松安稳，称为轻安。

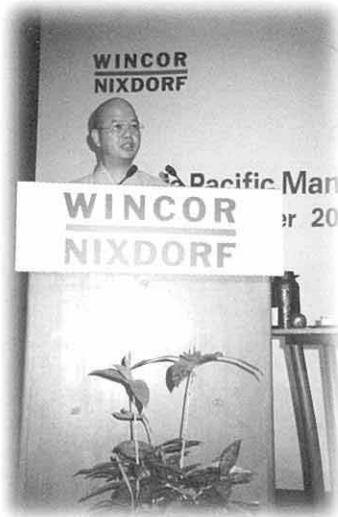
轻安有三种：相似轻安，有漏轻安，无漏轻安。

日常生活中的五欲：色、声、香、味、触的境界无时无刻牵绊着我们。能够远离对物欲方面的贪著和世间妄想的一切事物，便不会产生无谓的纷争。那么也就不会犯戒或作恶，烦恼自然减少。烦恼减少，思绪得以平伏，再加上正确见解的引导，那么表现在行为上必是清净的。戒法清净，身心逐渐归于平稳。当心识明净澄清，了了分明时，在这种定境中，便会引发轻安和喜悦。

因此唯有修正定才会产生轻安，也即是“堪忍性”。轻安能治昏沉。昏沉是修习定慧的障碍。如人饮食过量或贪著睡眠，终日昏昏沉沉。这些都是定障。或如人身体健康欠佳，做任何事如逆水行舟般有心无力。那么行善的力量也自然变得非常薄弱。相对地，心无昏沉，身心轻快舒适，便能精进有力地去行善断恶。

通过法义，正知的观察可免除昏沉。昏沉熄灭，心就能平等正直。身心轻安就象常在定中一样。能心住一境，便能做种种有利众生的事业。

（下期继续.....）

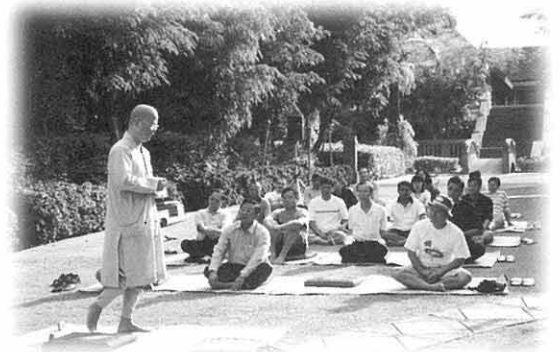


*Zen
teachings at
Wincor Nixdorf
Seminar*

Venerable Shi Yuan Fan was recently invited by Wincor Nixdorf, a large German conglomerate, to give a teaching on Zen meditation. The Venerable was invited as a speaker at "Wincor Nixdorf Asia Pacific Management Seminar" held on 9-10 November in Phuket, Thailand. His session on the second day started with a practical meditation session in the morning at 7.30am. About twenty

participants attended the session which was conducted in the scenic garden, with a beautiful lake surrounded by trees and shrubs, a very conducive backdrop for meditation.

In the evening, the Venerable gave his keynote speech entitled: "Riding the waves of change through Zen meditation" to an audience of more than 80 people, mainly from the banking and IT sector. It was well received by the participants, especially those from Indonesia and the Philippines, who eagerly seek advice from the venerable after the sessions.



春节拜千佛
壬午年正月法会
消灾延寿*福慧圆满*新春如意*国泰民安
海印学佛会举办 2002 年度春节拜千佛洪名宝忏法会

法会地点: 海印佛学院

No. 5 Lorong 29 Geylang Singapore 388060 Tel : 746 7582

办公时间: 11a.m. - 8p.m.

日期	时间	法会内容
15/2/2002 正月初四 星期五	9a.m. - 5p.m.	顶礼过去庄严劫千佛
16/2/2002 正月初五 星期六	9a.m. - 5p.m.	顶礼现在贤劫千佛
17/2/2002 正月初六 星期日	9a.m. - 5p.m. 11a.m. - 12noon	顶礼未来星宿劫千佛 供僧

法会种类

个人延生祈福
合家延生祈福
公司宝号祈福
平安吉祥大禄位

费用

一个人 \$10
一位长辈之名加“合家” \$20
一个公司宝号 \$30
一位长辈之名加“合家” 或一个公司宝号 \$168

中秋晚会

九月二十九日，海印学佛会举行了一年一度的中秋晚会，当天也是书法义展的第二天。月到中秋分外明，虽然今年提早两天举行了庆祝佳节的晚会，但是正如书法班导师顾建平老师当晚所说的：天上的月亮还没圆，可是啊，我们心里的月亮已经圆了。

与会者在六点半左右陆续到达位于二十九巷的佛学院，工作人员在大殿前递给每一位来宾一份礼物，以表欢迎。

七点正，法梁法师致欢迎词后，中秋晚会正式开始。接着顾建平老师受邀为书展致词。顾老师出口成章，博得众人热烈的掌声。顾老师也应邀当众挥毫，挥洒出“佛光普照”四字送给海印学佛会。正是外面好天色，屋里瑞光现，僧俗不分，共度中秋。顾老师第三次挥毫时写了“月明风清”让在场人士开标，最终由钟先生锦上添花，以三千元购下。

过后，海印儿童佛学班的儿童以清亮的歌声献唱两首歌曲。晚会的筹委还特地为小朋友们请来了新视电视剧“双天至尊”的魔术指导罗宾先生来表演魔术，把晚会的气氛推向高潮。

八点钟左右，现任总理公署兼社会发展暨体育部政务部长曾士生先生应邀出席晚会，令晚会生色不少。宾客们也在享用晚餐后继续欣赏其余的节目如：武术表演、幸运抽奖及有奖问答比赛等。最后的节目是传灯，大家心连心，灯灯相传，希望佛法永远在大家的心里，永远流传下去。



中秋书法义展后述

古时候的人总爱在中秋夜里赏月品茶吃月饼之余，吟诗作词助兴。活在二十一世纪的我们也好此雅趣，海印学佛会书法班就趁此佳节为大家呈现了一场文化飨宴——书法义展，目的是为了筹建海印佛学院，同时也让大家对书法有进一步的认识。

九月二十八日，为期三天的义展在芽笼二十九巷开锣，吸引了不少人士慷慨解囊。

这次的书法展汇集了书法班十余位学员数十件书法作品；有朴茂钢健的甲骨文，婉约流畅的小篆，舒展多姿的隶书，端严精致的楷书；一时书体纷呈，目不暇给。当中，最引人注目的是海印学佛会会长上远下凡法师、法源法师和书法班导师顾建平老师的作品，一早就被善心人士订购了。所谓自利利他，学员们既能发挥自己的才能，给大家一种美的享受，又同时为佛教尽一分善心，的确是一件很有意义的事。

感谢书法班的学员，他们的善举令建院基金又向前跨进了一步，观赏者也得以领略书法的艺术魅力。感谢鼎力支持海印佛学院的信众们，促成这次义展的成功。

柔佛州观自在佛理开示

自八月以来，新山百合花园的观自在禅院每月举办佛理开示活动，邀请新加坡海印学佛会的法师前去演讲。开示内容如下：

八月讲题：为什么要学佛？

主讲： 法义法师

学佛的目的是要离苦得乐。因为人世间的快乐是短暂、不究竟和不持久的。我们活无常变异之中，世间的现象都是变化无常。世人看不清这点，



而佛陀看清了这个真相，并放下了执著，因此我们应该学佛。

我们不应该被短暂的快乐所迷惑，而随波逐流，因着假象的生灭，引起内心巨大的波动。因为这些现象都是因缘的组合，是不实在、不长久的。如果我们认真学佛，心境就会平和安宁。



九月讲题：得失爱恨

主讲： 法梁法师

得与失只是世间的现象，而我们往往加入许多的情绪、爱恨。其实，得到了未必就好，失去了未必不好。得与失往往是我们没有办法掌握的，我们能做的是在爱与恨之间做出调整，看清它是一种现象，才会比较看得开，痛苦才会减低。

佛教不是在教人们消极地看待事物，而是要人们认清每个现象和选择背后的因果。例如，一个人向往出家人的生活，但又放不下在家的生活，因



而选择一辈子单身，无牵无挂，他就必须准备面对老来很可能孤苦无依的果。若选择婚姻，就必须有心理准备，知道过去原本是一个人的问题，婚后就变成两个人，甚至是两个家庭的问题。

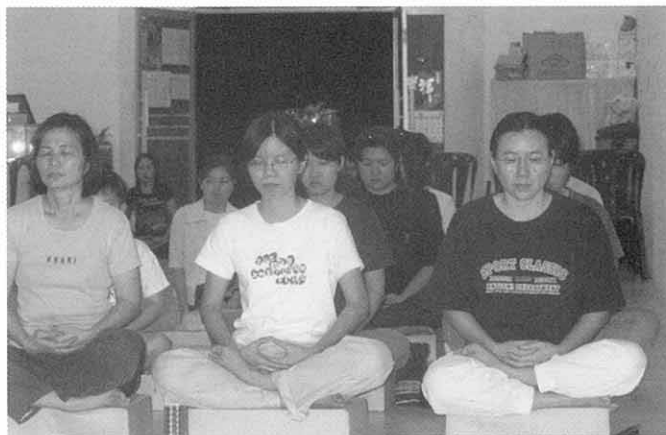
站在佛教修行的立场，修行就是修自己的身、口、意，让自己的心智变得成熟和有智慧。有了智慧才能解决自己贪嗔痴的问题，才能进一步护法、弘法。



十月讲题：少欲知足
主讲：法华法师

贪念会引发五欲，即财色名食睡，使我们形成纵欲的习气，因而向外追逐。未得到时，我们付出许多的精神、钱财、体力、生命，追逐的过程中可能也唤起很多的痛苦。然而从无常的角度来看，得到的必会失去。

首先我们必须认清世事无常的真理，并认定人生需要的是什么，把欲求减到最低。若看清所需不多，便不会盲目向外追逐，而会变得很知足。知足并非消极地放弃所拥有的一切，而是在追逐前先考虑：



- 一. 是否是苛求（即能力范围外）；
- 二. 是否是生活所需。例如：一般工作人士若薪水不多却要买车，每月花大半薪水供车，这便是不知足。若是生意人，生意做得不错，有能力供车，为了谈生意也需要有一辆车子代步，这便属于合理的需要。

知足者既满于现状，也不至消极地放弃所拥有的一切，而是认清所拥有的皆为因缘条件的组合，终究会失去，因此内心能将之舍弃。

人生无常，而生命有限。欲求多，付出的精神、体力、钱财也多。学佛者应当找到自己人生的方向，才不至于忙碌一生，却在命终时懊悔不已。



龙引海印禅院明年二月落成

位于龙引的海印禅院将在明年二月落成，提供都市人一个适合打坐静思的场所。

这个新的禅修中心座落在柔佛州靠近Batu Pahat的一个渔村，距离新加坡只有两个小时的车程，适合短期的静坐集训。中心总面积约三十万方尺。根据现阶段的发展计划，将只开发二万方尺的土地，其中一万方尺用来建造三栋一层楼高的建筑物，作为禅修中心。院内将设有二十间卧室，可容纳六十人。

龙引海印禅院面向大海，平日除了潮起潮落，还可望见日出口落。兴建禅院的计划得以落实，主要归功于善心的陈姓夫妇捐助院址和建造费。

禅院的奠基仪式于今年六月十七日举行。逾两百名海印学佛会的狮城信众和近一百名马国信众参与了仪式。

由于建筑工程进展顺利，禅院预计将在明年二月落成，并开放给公众。



靜 之 旅

—— 记金马仑三宝寺靜坐营

谢婷婷

那一阵子，感觉身心疲累。亲人的离世、工作的忙碌、生活的琐碎，让人觉得没有喘息的空间。心里只想找一个安静的地方，好好想一想、静一静。

我们是在夜里出发到金马仑三宝寺禅修。旅行巴士载着我们二十多人在夜里奔驰。虽然没有悉达多太子离家修行时的那股强烈的出离心，但是大家都希望在生命的黑夜里点起一盏明灯，让它永久地照耀着，使我们不再烦恼迷惑。三宝寺那凉爽的天气、静谧的环境此时就是我们向往的地方。

然而一路上烦恼如影随行，甩也甩不掉。最苦的就是舟车劳顿，难以成眠。熬了一个晚上，天渐渐亮了，巴士开始上山。由于山路迂回曲折，一些人会觉得恶心难受。不过听说上回来静坐营的同学，一路上持念大悲咒，结果大家都没事。没来过的同学听了都想试一试。也不知道是因为大多数同学对大悲咒不熟悉，或者是大家意志不坚定的关系，路途越来越颠簸时，持咒声也越来越弱。最后大家好似大难临头各自飞一样，各自忍受、各自保重。

到了三宝寺，大家向住持顶礼问好。安顿好后，便开始为静坐做好准备。根据修行表，在禅房静坐前要念大悲咒二十一遍当作洒净。时间一到，我们不等师父来便迫不及待地开始持咒。法华师父连忙阻止。师父说，我们不了解洒净的意义就盲目地做，往往是口念心不念，不得其法。在整个静坐营期间，师父一再鼓励我们发问，设法了解佛教仪轨的意义和作用，不要盲从迷信。师父的教导使得大家获益不浅。

原来最基本的双手合十除了有恭敬之意，还有把心拉回眼前的作用。礼佛参拜是向佛菩萨表示恭敬、虔诚和忏悔，多礼佛使肌能更好地运行，静坐时更容易入定。拜佛时，每回起身要望着佛像，伏地时在心中观想佛像的样貌，整个过程动作缓缓进行，一心一意，没有杂念。念大悲咒时必须把整个心融进去，心中只有持咒之声，没有他念。敲木鱼者在掌握基本技巧之后，也应该在一心不乱的状态中，以稳健的节拍领众持咒。持咒之声犹如行云流水，流畅达到摄心的作用。总之佛教仪轨不仅是宗教仪式，它是方便巧善的方法，能够达到制心的目的，让人在动中体会静。



靜之旅

痛更难挨，而我们却连这点腿痛也挨不住，怎能期望临终时，安住心性、一心不乱呢？师父语重心长地说道，净土宗的修法以念佛最为易行；也要有一心不乱的工夫，因此往生西方，也必须勤修。净土修行者临终时若闻亲友哀嚎痛哭，令亡者不舍此色身，接引西方也同样会失败。

三宝寺的大钟总在不经意时响起，深沉、悠远地在山间回响。从无到有，再从有变成无，那过程好似人生一样，充满了美丽但短暂的事物。钟声响起时，我们总是希望那优美的声音拉得更长一些，留得更久一些。但是它终究要结束，美好的一切总要过去……

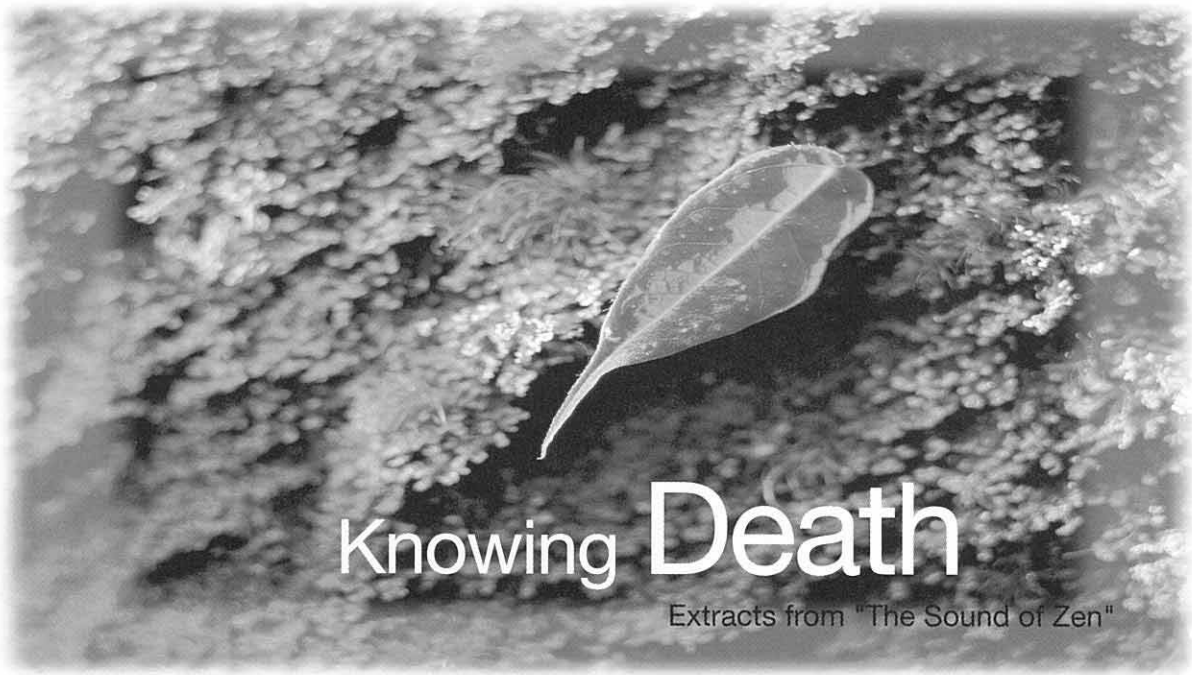
法华师父说，生活中充满了无常的现象。唯有感悟无常，才能进一步体悟空性。所有的感受都有生有灭，我们却往往为了一时的感受，而终其一生地追求着，希望不好的感受赶快结束，好的感受留得更久。不得不承认，我们都很贪心。

我们开始静坐的头几天，大家因为尚未适应新环境、睡眠不足，静坐时容易昏沉，有时甚至会打瞌睡。由于大家平时没有长时间静坐，来到静坐营每天总共要盘腿五个小时，一时适应不来。脚酸腿痛的问题令我们十分苦恼，更加无法专心。三四天下来，静坐的功夫似乎没什么进展。法华师父勉励我们静坐时要有忍者武士的毅力和忍耐。腿痛脚酸时，要看着那个痛。心念烦扰时，要有决心把它舍弃、看破、放下，不要掉进记忆和妄想里。亲身体验过的人都知道，在我们不懂得分辨心王心所时，长时间盘腿引起的酸痛是很难挨的。有的人痛得直冒汗、烦躁不安，自己心中有股冲动想要大声喊叫。想到死时的痛楚比这腿

经过七天的静坐，大家的心多少沉淀下来，在禅修方面多少有一些长进。回到新加坡面对生活的考验，这几天的修行功夫能否保持下去，则要看个人的因缘和努力。

我们回到海印向远凡师父销假时，师父指出，修行不止限于静坐的时候，生活就是修行。修行就是改变自己，在静与动之间，保持内心的平和以及内省觉照的能力。

写到这里，文章也该结束了。好，拉回来，看看你现在想些什么？

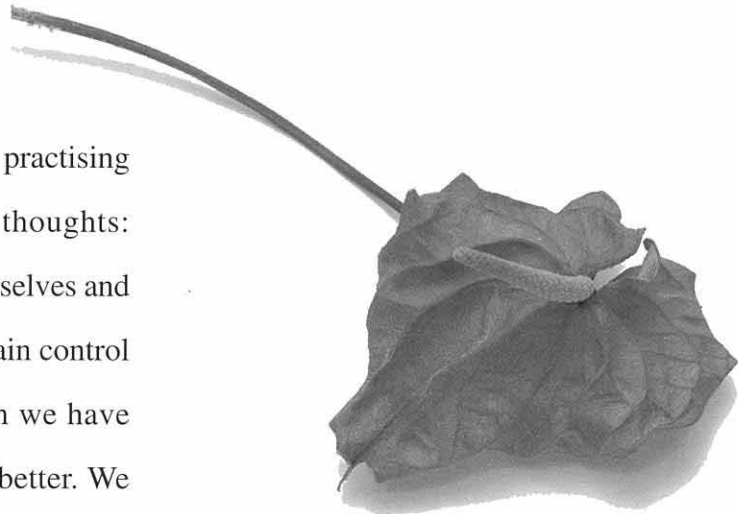


Knowing Death

Extracts from "The Sound of Zen"

*L*earning Buddhist practice involves practising and correcting one's body, speech and thoughts: being able to turn our attention back on ourselves and be aware of ourselves at all times and to gain control of our experiences. We must know when we have done wrong, admit it and change for the better. We also need to further improve ourselves through abiding by the precepts, focusing on our troubles and seeking to understand our habits - why we did something we should not have done, and why we have not done what should have been done .

If we have the courage to face ourselves, we then are advancing on a bright path. We feel that each and every day is meaningful, even when death is approaching, we are aware and remain in control. Then, we will not have wasted this life.



Medicine and science view death as a failure, but this view is imperfect. Birth brings death, which implies that our life and accomplishments will ultimately become a failure.

During our life, death is inevitable, yet human beings know nothing about death. Don't you think this is ironic? Does it mean that human beings live to await the arrival of death. Think about it...



The Unbelievable Fact of Karma

Extracts from "The Sound of Zen"

Someone once asked me this: "If a mother is very angry with her son and starts wishing that he should die, does the mother commit the crime of killing when her son actually commits suicide?" Perhaps we may say she did not commit any killing because the thought of killing her son did not arise. However, as a matter of fact, the mother has already violated the precept against killing.

We know that at the time the mother scolded her son, she hoped that he would disappear immediately. Hence, the thought of killing arose at that moment. Therefore, we will have to pay a price for talking on impulse without thinking, and at times it may be too high a price to pay.

Karma is created when we have motivated a thought and subsequently our bodies accomplish that thought.

Karma takes shape based on what we have in minds, what we have said and what others have accomplished on our behalf. Hence, a person who employs a hired killer to kill others is considered to have sown the karma of killing.

As practitioners, we must pay attention to our bodies, speech and minds. We must strive to gain control of our bodies, speech and minds. Strive to accomplish good thoughts and avoid bad ones.

We cannot say that we are ignorant of karma. Those who do things without considering the karmic reactions are deemed ignorant but still they are bound to reap the fruits of their actions. Karma can be so minute that we are not even aware of what karmic seeds have been sown by us.



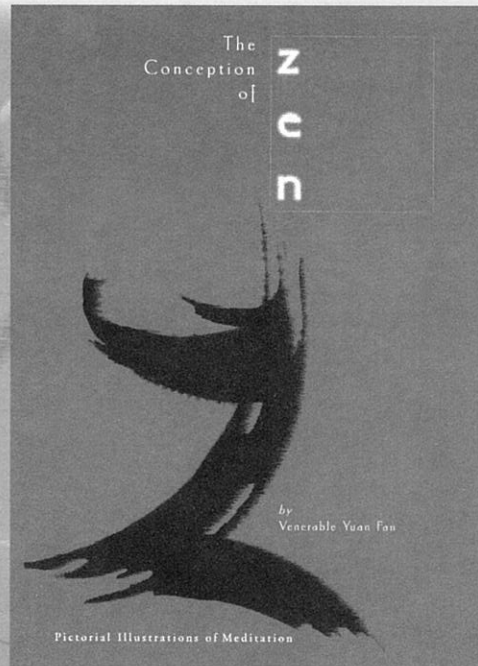
Book Shelf

The Conception of Zen

The first book "The Sound of Zen" (in English) was published in 2000. Due to the tremendous support and good response from the readers, Shui Yue Publication Committee has published its second English book entitled "The Conception of Zen".

This is the second translation of the Venerable Yuan Fan's book "Shui Yue Chan Yi". "The Conception of Zen" explores and analyses the state of mind one should possess when practicing Zen. With detailed reading, the reader will be able to better understand such state of mind in the practitioner, and benefit from this process through practicing.

Hurry now, get yourself a copy.



Real happiness is to gain a tranquil and happy mind.

Do not blame others for not teaching you.

You should blame yourself for not educating yourself.



上师消灾祈福晚宴 Guru Blessing cum 15th Anniversary Dinner

以筹建海印佛学院及资助教育基金
In-aid of Sagaramudra Buddhist Institute Building
and Education Fund

日期：二零零二年一月十九日(星期六)
Date: Saturday, 19th January 2002

时间：晚上七时
Time: 7 p.m.

地点：新加坡博览中心三厅
Venue: Singapore Expo Exhibition Hall 3

凭票入场
Admission by Ticket only

晚宴将于当天七时，由众法师们以颂经祈福仪式掀开序幕。晚宴也将与义标同步进行。海印佛学院借此呼吁大众踊跃参加，多多支持。当晚所筹款项将会用来筹建海印佛学院及资助教育基金。有意参与此盛宴者，可向海印佛学院购票及查询。电话号码为 746 7582。

Guests are requested to be punctual as the chanting and blessing ceremony will commence at 7 pm. Dinner and auction will take place concurrently. Sagaramudra Buddhist Society hereby entreats the public to give us your full support for the event. All funds raised will go towards the Sagaramudra Buddhist Institute Building and Education Fund. You may contact us at 746 7582 for purchase of tickets and any enquiries.



每周活动	负责法师 / 居士	星期	时间
太极拳班	林世昌老师	一	7.30pm-9.30pm
净土共修	法梁法师	三	7.30pm-9.30pm
中医义诊服务	苏静霞医师	六	6.30pm-9.00pm
佛理讲座——楞严经（华语讲解）	远凡法师	六	7.30pm-9.30pm
(每个月的第一和第二个星期六其他活动，其余的星期六佛理讲座)			
四臂观音共修(每月的第一个星期六)	法义法师	六	7.30pm-9.30pm
大悲忏(每月的第二个星期六)	法义法师	六	7.45pm-9.30pm
普佛上供	法义法师	日	11.30am-12.00pm
拜八十八佛大忏悔文（四加行）	法荣法师	日	2.00pm-4.00pm
每周活动			时间
顶礼慈悲三昧水忏（每个月的第一个星期日）		日	9.30am-5.00pm
每个月的第二个星期日放香，其余的星期日普门品共修		日	10.00am-11.30am
老人院 / 儿童院服务（每个月的第二个星期日）		日	8.00am-12.00pm
八关斋戒（每两个月的第二个星期六至星期日）		六	8.00am- 日 8.00am
三归五戒（每三个月的第四个星期日）		日	9.00am-12.00noon

海印精舍 Sagaramudra Buddhist Hermitage, 393A/B Guillemard Road, Singapore 399790 Tel: 741 6230

每周活动	负责法师 / 居士	星期	时间
专业人士静坐班（华语）	远凡法师	一	7.30pm-10.30pm
专业人士静坐班（英语）	远凡法师	二	7.30pm-10.30pm
普通静坐班	远凡法师	三	7.30pm-10.30pm
专业人士静坐共修班	法梁法师	四	7.30pm-10.30pm
女众普通静坐班	法谦法师	五	7.30pm-10.30pm

海印学佛会 Sagaramudra Buddhist Society No.12 Lorong 24A Geylang, Singapore 398536 Tel: 741 7303

每周活动	负责法师 / 居士	星期	时间
英语佛学班	法庆法师	一	7.30pm-9.30pm
第八届佛学班（第二级）	法源法师	二	7.30pm-9.30pm
香灯法器班	法智法师	四	7.30pm-9.30pm
第七届佛学班（第三级）	法梁法师	五	7.30pm-9.30pm
义务法律咨询（请预约）	王秀英律师	五	7.30pm-9.30pm
儿童佛学班	法云法师	日	10.00am-12.00noon
第九届佛学班（第一级）	法度法师	日	7.00pm-9.00pm

No.528 Geylang Road, Singapore 389484 Tel: 742 3234

每周活动	负责法师 / 居士	星期	时间
插花班	蓝玉明老师	一	7.30pm-9.30pm
佛理讲座 - 八大人觉经（华语讲解）	法云法师	四	7.30pm-9.30pm
书法班	顾建平老师	五	7.30pm-9.30pm
基本佛学班	法宣法师	日	7.00pm-9.00pm

現金卡

Cash Card

限量發行

上远下凡法师亲笔法语，制成现金储值卡以
筹建海印佛学院。

法语现金储值卡
储值金额 S\$1.88，
欢迎认购。

每张

\$26
per piece



海印精舍

Sagamudra Buddhist Hermitage
393A/B Guillemard Road
Singapore 399790
Tel: 7416230

海印学佛会

Sagamudra Buddhist Society
No.12 Lorong 24A Geylang
Singapore 398536
Tel: 7417303

海印佛学院

Sagamudra Buddhist Institute
No.5 Lorong 29 Geylang
Singapore 388060
Tel: 7467582